

FRAUENSport GRUPPENSport REDCORD TRAINING

Entdecken Sie ein einzigartiges Trainingsumfeld,
speziell für Frauen. Ob individuell oder in der Gruppe –
Roxanna begleitet Sie mit Erfahrung und Fachwissen.



ROXANNA

Trainerin - Studio K8

TERMIN VEREINBAREN UND DURCHSTARTEN!

✉ info@studiok8berlin.de

☎ +49 176 24609221

🌐 studiok8berlin.de



FRAUENSPORT

In geschützter Atmosphäre trainieren, sicher und individuell. Krafttraining, Mobilisation oder funktionelles Training – hier stehen Ihre Ziele im Mittelpunkt.



GRUPPENSport

Mehr Motivation, mehr Energie: Training in der Gruppe macht Spaß und bringt Sie weiter. Wählen Sie zwischen verschiedenen Kursen, abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse.



REDCORD TRAINING

Effektives Schlingentraining für mehr Stabilität, Koordination und Kraft. Ideal für Prävention, Rehabilitation oder zur Leistungssteigerung.